



MEETING NORDIC WALKING CITTA' DI MANTOVA 13 OTTOBRE 2019

(camminata non competitiva aperta anche ai camminatori a passo libero)

Il percorso si svilupperà per circa 11 km partendo dal Campo Canoa – località Sparafucile con vista sullo splendido skyline di Mantova, costeggiando la parte più rappresentativa della città: castello San Giorgio e Palazzo Ducale, dimore per più di 400 anni della famiglia Gonzaga.

Si proseguirà seguendo il tracciato delle mura cittadine e la sponda dei laghi, arrivando al cippo commemorativo dei Martiri di Belfiore. A seguire si percorrerà l'ex ponte dei mulini in direzione dell'abitato di Cittadella lungo la sponda del lago Superiore.

Attraverseremo Porta Giulia, antico ingresso cittadino, con a fianco il monumento commemorativo del martire tirolese Andreas Hofer e costeggeremo il parco periurbano sulle rive del lago di Mezzo per ritornare alla rocca di Sparafucile (ultimo atto del Rigoletto di Giuseppe Verdi).

Oltre a questo, verrà proposto un percorso breve di 7 km.

PROGRAMMA:

- ore 8,30 : ritrovo partecipanti campo Canoa – apertura iscrizioni
- ore 9,30 : chiusura iscrizioni
- ore 10,00 : partenza camminata – ristoro intermedio
- ore 12,30 : termine camminata – ristoro finale;
premiazione gruppi più numerosi e gruppo provenienza più distante;
saluti finali.
- ore 13,00: possibilità di pranzare in località Boma (distante 500 m dal Campo Canoa)
alla Festa del Riso (ulteriori info domenica mattina prima della partenza).

ISCRIZIONI: singole e di gruppo avverranno inviando l'apposito modulo (vedi sito www.csimantova.it) all'indirizzo email info@csimantova.it entro sabato 5 ottobre ore 12,00.

Quota di partecipazione:

- € 7,00 tesserati CSI
- € 8,50 non tesserati CSI (quota assicurativa compresa)
- gratuita sotto i 14 anni

da versare tramite bonifico bancario su conto corrente banca Monte dei Paschi di Siena:

IBAN IT 26 H 01030 11503 000010335436

causale: "Nome Cognome oppure Gruppo città MEETING NW-MN2019"

RICONOSCIMENTO INDIVIDUALE ED AI GRUPPI - NOTA: per motivi organizzativi, il riconoscimento partecipativo individuale (maglietta sportiva + altri gadget) sarà riservato alle prime 350 adesioni arrivate.

per ulteriori info: Comini Luciano – cell. 335.5897919 – email: nwmantova@gmail.com